

カーサからの風

H19. 5. 8 発行
No. 5

Wind from CASA



5月になり、気温もだいぶ暖かさを増してきました。5月5日は子供の日なのですが、カーサ シーズーズでは高さ1m以上の迫力のある鯉・兜が飾られ皆様の目を楽しませています。



デイサービスで白鳥見物

5月になり少しずつ春の暖かい日差しも増え、草花も芽を出してきました。デイサービス あえる では、皆さんでコツコツ作ったロールクラフトで春の飾りを作ったり、5月の節句に合わせて「こいのぼり」も作成しました。



記念にハイチーズ

皆さんから「外出したい」との声も多くなり、北国へ渡って行く白鳥を見に行く事もありました。砂川市の遊水地に行ったのですが、白鳥に直接エサをあげる方、「クワァ〜 クワァ〜」との鳴き声に少しうるさいという方々。「気をつけていくなだよ〜」と励ます方もいらっしゃいました。これからは気温も暖かくなりますので、外出の機会も増やせたらと考えてます。ぜひ、たくさんのご参加お待ちしております。

天候は晴れ!



神部弘二写真展



人が見て美しい、綺麗だという感情を思い起こさせる事の一つに写真があります。そんな写真展がカーサ シーズーズにも出来ました。写真を提供して頂いた方は、カーサ シーズーズ入居者の神部弘二様です。以前コンクール等で入賞された作品ばかりで、写真にはどれも深みがあり、なんとと表現してよいのか、とにかく美しく、それでいて懐かしい様な気持ちにさせてくれます。ここで、改めてご紹介させて頂くと共に、厚くお礼申し上げます。

2度の選挙

4月8日には道議選挙、22日には市長・市議選挙がありました。カーサ シーズーズでは入居者様を市役所までお連れして4日、19日と期日前投票に行っていました。車でお送りしたのですが、ちょうど2日とも天候に恵まれ気持ちの良い日になりました。

市役所の8階に投票会場があるのですが、8階からの滝川の景色はとて綺麗なもので、皆様投票も忘れれば景色を眺めていました。会場での選挙が始まると、選挙用紙に記入する姿は真剣そのもの。市の職員の方々にも手伝って頂きまして、無事投票を終えることが出来ました。帰りの車の中では「このままどこかに行きたいもんだなあ。」とこぼされていた方も多く、良い気晴らしになったようでした。皆様、本当にお疲れ様でした



「ヘルパーステーション あると」のお料理コーナー



皆さんは、野菜をよく食べますか?どうしても肉・魚料理が主になってしまいがちなのですが、その付け合せに野菜サラダなんてどうでしょう。今回はクセが無く食べやすい緑黄色野菜を使って「チンゲンサイの野菜サラダ」を紹介したいと思います。

材料(4人分): チンゲンサイ 4株 むきエビ 100g
調味料 酢 大さじ2 サラダ油 大さじ2 しょうゆ 大さじ1
オイスターソース 小さじ1

- ① チンゲンサイは熱湯で手早く茹でて冷水にとり、水気を絞る。根元を切り落として3cmの長さに切る。
- ② むきエビは背ワタを取り除き、熱湯でサッと茹でて水気をきる。
- ③ ボウルに調味料 酢・サラダ油・しょうゆ・オイスターソースを入れて、混ぜ合わせる。
- ④ チンゲンサイとむきエビを軽く混ぜ合わせて、器に盛る。
- ⑤ 最後に③で作ったドレッシングをかけて **出来上がり!**



スタッフ紹介



ヘルパーステーション あると 介護職員 ^{はら のぶお} 原 信夫

皆様との出会いを大切に。皆様にいつも笑顔で接して行ける自分であり。皆様が元気に健康で過ごせるよう、頑張っています。どうぞよろしくお願い致します。

デイサービスセンター 介護職員 ^{いしかわ りえ} 石川 梨恵

滝川にも桜の季節がやっと来ました!この間、滝の川公園の横を通り過ぎたのですが、つぼみが芽吹いていましたのでもうソロソロ花見も出来るのでは!?デイサービスでの外出も色々と考えてますので、楽しみにしてくださいね。



あとがき

4月は選挙もあり、インフルエンザも流行して大変忙しい月でした。やはり季節の変わり目は風邪がはやるものですが、皆さんは風邪等ひかれなかったでしょうか。

そんな大変な時期もありましたが、やっと暖かい5月になりました。これからお花見など、外での行楽が増えてきますね。やはり家の中より、外の空気を吸って楽しむほうが健康にも良いです。あとは夏に向けて、体力作りをしていかなきゃいけませんね。

有限会社 クリニカ

特定施設入居者生活介護 カーサ シーズーズ

住所 滝川市本町1丁目5番27号 Tel 0125-44-2401
HP <http://www.caeser.or.jp/casa/>

特定非営利活動法人

ぶらいむ生活支援センター ヘルパーステーションあると/デイサービスセンターあえる
Tel 0125-26-0022 Fax 0125-22-3636